

# Les différentes méthodes contraceptives

## Contraceptif oral combiné (COC)



### MÉCANISME D'ACTION

- Il supprime la sécrétion des gonadotrophines hypophysaires, ce qui inhibe l'ovulation.
- Le progestatif fait augmenter la viscosité de la glaire cervicale, ce qui nuit ainsi au transport des spermatozoïdes jusqu'à l'ovule.
- Le progestatif bloque la sécrétion de l'hormone lutéinisante (LH) et inhibe l'ovulation.
- L'ingrédient estrogénique freine la folliculogénèse en exerçant un rétrocontrôle négatif sur l'hormone de stimulation folliculaire.

### FRÉQUENCE

Un comprimé doit être pris chaque jour.

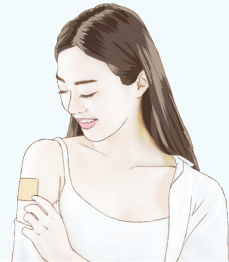
### AVANTAGES

- Méthode contraceptive très efficace et facilement réversible.
- Facile d'utilisation.
- Pas de retard dans le retour à la fertilité.
- Ne modifie pas le déroulement des relations sexuelles.
- Plusieurs avantages non contraceptifs.

### INCONVÉNIENTS

- Nécessité de prendre une pilule par la bouche à chaque jour.
- Ne protège pas contre les infections transmissibles, sexuellement et par le sang (ITSS).
- Interactions médicamenteuses possibles.
- Faibles risques pour la santé.
- Risques de thrombo-embolie veineuse et de problèmes cardiovasculaires.
- Effets secondaires possibles.

## Timbre contraceptif



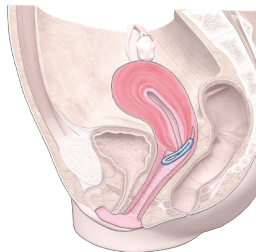
- Il supprime la sécrétion des gonadotrophines hypophysaires, ce qui inhibe l'ovulation.
- Le progestatif fait augmenter la viscosité de la glaire cervicale, ce qui nuit ainsi au transport des spermatozoïdes jusqu'à l'ovule.
- Le progestatif bloque la sécrétion de l'hormone lutéinisante (LH) et inhibe l'ovulation.
- L'ingrédient estrogénique freine la folliculogénèse en exerçant un rétrocontrôle négatif sur l'hormone de stimulation folliculaire.

Le timbre doit être appliqué 1 fois par semaine pendant 3 semaines, suivies par 1 semaine sans timbre.

- Pas de prise quotidienne.
- Pas de premier passage hépatique.
- Plus grande marge de manœuvre qu'avec les contraceptifs oraux combinés lors d'erreur d'utilisation, car le timbre maintient les concentrations sériques d'éthinylestradiol et de norelgestromine à des niveaux permettant d'inhiber l'ovulation pendant au moins neuf jours d'utilisation continue, soit deux jours de plus que la durée d'utilisation approuvée.
- Amélioration des symptômes hyperandrogéniques, tels que l'acné.

- Décollement du timbre.
- Produit adhésif sur la peau qui peut causer une irritation cutanée.
- Possible diminution de l'efficacité si la patiente a un poids  $\geq 90$  kg.
- Peut causer des saignements légers ou irréguliers.
- Peut causer de l'inconfort et de la douleur mammaires, de la dysménorrhée, des nausées et des vomissements.
- Risques de thrombo-embolie veineuse et de problèmes cardiovasculaires similaires à ceux des COC.

## L'anneau contraceptif





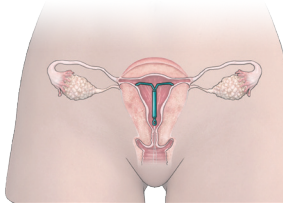
- Il supprime la sécrétion des gonadotrophines hypophysaires, ce qui inhibe l'ovulation.
- Le progestatif fait augmenter la viscosité de la glaire cervicale, ce qui nuit ainsi au transport des spermatozoïdes jusqu'à l'ovule.
- Le progestatif bloque la sécrétion de l'hormone lutéinisante (LH) et inhibe l'ovulation.
- L'ingrédient estrogénique freine la folliculogénèse en exerçant un rétrocontrôle négatif sur l'hormone de stimulation folliculaire.

L'anneau est inséré pour trois semaines.

- Pas de prise quotidienne.
- Pas de premier passage hépatique.
- Peu d'exposition aux estrogènes.
- Peu de saignements irréguliers.
- Plus grande marge de manœuvre que les COC ou le timbre lors d'une erreur d'utilisation (deux « semaines de grâce »).
- Sécuritaire avec :
  - tampons, condoms, etc.;
  - antifongiques;
  - spermicides;
  - amoxicilline/doxycycline per os.
- La présence d'une ITSS ne nécessite pas le retrait ou le changement de l'anneau.

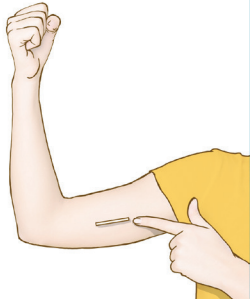
- Effets secondaires possibles, en particulier au niveau vaginal.
- Utilisation contre-indiquée en présence de :
  - anomalie structurelle du vagin;
  - prolapsus pelvien.
- Risques de thrombo-embolie veineuse et de problèmes cardiovasculaires similaires à ceux des COC.
- Moins de saignements irréguliers qu'avec les COC.

# Les différentes méthodes contraceptives

	MÉCANISME D'ACTION	FRÉQUENCE	AVANTAGES	INCONVÉNIENTS
<p><b>Pilule à progestatif seul</b></p> 	<p>Le principal mécanisme d'action de la pilule à progestatif seul consiste en l'altération de la glaire cervicale.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Elle devient plus gluante et plus épaisse.</li> <li>• Elle inhibe la pénétration des spermatozoïdes.</li> </ul> <p>Chez certaines utilisatrices, peut inhiber l'ovulation.</p>	<p>Un comprimé doit être pris à la même heure, chaque jour.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Solution pour les femmes qui : <ul style="list-style-type: none"> <li>• présentent une sensibilité ou des contre-indications aux estrogènes;</li> <li>• allaitent.</li> </ul> </li> <li>• Prévention possible de la perte osseuse chez les femmes en post-partum.</li> <li>• Diminution possible : <ul style="list-style-type: none"> <li>• des pertes sanguines menstruelles;</li> <li>• de la dysménorrhée;</li> <li>• de la douleur pelvienne;</li> <li>• du syndrome prémenstruel;</li> <li>• des migraines.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obligation de prise très régulière (pas de retard de plus de trois heures).</li> <li>• Légère augmentation du risque de kyste ovarien.</li> <li>• Saignements irréguliers.</li> </ul>
<p><b>Injection contraceptive</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Elle supprime la sécrétion des gonadotrophines hypophysaires, ce qui inhibe l'ovulation.</li> <li>• Elle favorise l'épaississement de la glaire cervicale. Par conséquent, les spermatozoïdes ont plus de difficulté à se rendre jusqu'à l'ovule.</li> <li>• Elle provoque une atrophie endométriale.</li> </ul>	<p>L'injection est administrée au niveau du muscle fessier ou du deltoïde toutes les 12 à 13 semaines.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mode de contraception discret.</li> <li>• Solution pour les femmes qui : <ul style="list-style-type: none"> <li>• présentent une sensibilité ou des contre-indications aux estrogènes;</li> <li>• ont des problèmes d'observance;</li> <li>• allaitent;</li> <li>• sont épileptiques.</li> </ul> </li> <li>• Taux élevé d'aménorrhée avec diminution de la dysménorrhée et de l'anémie.</li> <li>• Réduction des symptômes associés : <ul style="list-style-type: none"> <li>• à l'endométriose;</li> <li>• au syndrome prémenstruel;</li> <li>• aux douleurs pelviennes chroniques.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nécessité d'une injection intramusculaire aux 12 à 13 semaines.</li> <li>• Perturbation du cycle menstruel; aménorrhée fréquente.</li> <li>• Délai du retour de la fécondité de 9 mois en moyenne après la dernière injection.</li> <li>• Peut réduire, de façon réversible, la densité minérale osseuse au même niveau que l'allaitement.</li> </ul>
<p><b>Stérilet</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Modification du liquide utéro-tubaire : modification de la vitalité et de la capacitation des spermatozoïdes.</li> <li>• Prévention de la fécondation.</li> <li>• Épaississement de la glaire cervicale : barrière mécanique pour les spermatozoïdes (stérilet au lévonorgestrel).</li> </ul>	<p>Le stérilet est inséré par un médecin ou une infirmière praticienne spécialisée. Sa durée d'utilisation varie selon le stérilet, mais en général est entre 3 et 12 ans.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Très grande efficacité.</li> <li>• Excellente innocuité.</li> <li>• Ne contient pas d'estrogène.</li> <li>• Excellente contraception à long terme.</li> <li>• Retour rapide à la fertilité.</li> <li>• Pratique – aucun problème d'observance.</li> <li>• Rapport qualité/prix avantageux.</li> <li>• Taux élevé de satisfaction.</li> <li>• N'interfère pas avec la lactation.</li> <li>• Diminue le risque du cancer de l'endomètre.</li> <li>• Ne provoque pas d'avortement, mais prévient la grossesse.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les effets secondaires possibles comprennent des saignements irréguliers ou intermenstruels.</li> <li>• La perforation de l'utérus peut survenir au moment de l'insertion, mais elle est rare.</li> <li>• Les menstruations peuvent devenir plus abondantes et plus douloureuses.</li> </ul>

# Les différentes méthodes contraceptives

## Implant



MÉCANISME D'ACTION	FRÉQUENCE	AVANTAGES	INCONVÉNIENTS
<ul style="list-style-type: none"><li>• Il supprime la sécrétion des gonadotrophines hypophysaires, ce qui inhibe l'ovulation.</li><li>• Il favorise l'épaississement de la glaire cervicale. Par conséquent, les spermatozoïdes ont plus de difficulté à se rendre jusqu'à l'ovule.</li><li>• Il peut provoquer une atrophie endométriale.</li></ul>	<p>L'implant est inséré par un médecin.</p> <p>Sa durée d'utilisation est de trois ans.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mode de contraception discret.</li><li>• Solution pour les femmes qui :<ul style="list-style-type: none"><li>• présentent une sensibilité ou des contre-indications aux estrogènes;</li><li>• ne désirent pas de stérilet mais veulent une méthode à longue durée d'action;</li><li>• ont des problèmes d'observance;</li><li>• allaitent.</li></ul></li><li>• Taux modéré d'aménorrhée avec diminution de la dysménorrhée et de l'anémie.</li><li>• Réduction des symptômes associés :<ul style="list-style-type: none"><li>• à l'endométriose;</li><li>• aux douleurs pelviennes chroniques.</li></ul></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Saignements irréguliers.</li><li>• Légère augmentation du risque de kyste ovarien.</li><li>• Autres effets secondaires peu fréquents.</li><li>• Complications liées à l'insertion ou l'exérèse très rares.</li></ul>